



**Trabajo para la obtención del Título de Máster en  
Ciencias de la Actividad Física y del Deporte**

***Motivación e intención de ser físicamente activo en  
adolescentes ecuatorianos y españoles***

**Autor: Jorge Brito Parra, Licenciado en Ciencias de la Actividad  
Física y del Deporte**

**Dirigido por: Javier Coterón López, Doctor en Ciencias de la  
Actividad Física y del Deporte**

Departamento de CC. Sociales de la Actividad Física, del Deporte y del  
Ocio de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

(INEF)

Universidad Politécnica de Madrid

Madrid, 2015







## **AGRADECIMIENTOS**

Luego de las formalidades académicas, ha llegado el momento de dejar constancia de gratitud a todos los que han hecho posible que este hermoso reto se cristalice. En primer lugar, dar gracias al destino que hizo que postulara para la beca de estudios y poder cursarlos en el mejor centro de estudios en actividad física del país. Gracias también a las instituciones gubernamentales ecuatorianas que facilitaron el proceso como la Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación; y el Instituto de Fomento al Talento Humano.

A todos los profesores de la facultad pero de manera especial a mi director Javier Coterón que me ha introducido en este fascinante mundo de la motivación, y Rubén Barakat, el hermano mayor que hubiera querido tener. Gracias por enseñarme que lo que nos proponíamos, es factible de éxito con trabajo y esfuerzo (y gracias también por los mates y las palmeritas a media mañana, por supuesto).

A los amigos, compañeros de curso y doctorandos que siempre estuvieron dispuestos a tender la mano, como dirían por acá, gracias por ser tan majos. A María Eugenia y toda la familia por acogerme en su hogar los primeros días, y a los compatriotas con quienes hemos compartido momentos agradables, gracias. Su valentía para salir adelante siempre tendrá el mayor de mis respetos.

He dejado a propósito para el final a las personas más importantes. A mi esposa María Fernanda, eres la mejor madre y esposa, gracias por estar a mi lado en los momentos más difíciles. A mis hijas Dome y Paula, un millón de gracias por existir, por ser mi inspiración y por saber esperar porque al final de cuentas, en esta historia las únicas valientes han sido ustedes. Las amo.



## **ÍNDICE DE ABREVIATURAS**

DFS-2: Dispositional Flow Scale-2.

EF: Educación Física

IPAQ: International Physical Activity Questionnaire.

PLOC: Perceived Locus of Causality Scale.

SPSS: Statistical Package for Social Sciences program

TAD: Teoría de la Autodeterminación.

TEOSQ: Task and Ego Orientation Scale Questionnaire.

TML: Teoría de Metas de Logro.





## ÍNDICE DE CONTENIDOS

ÍNDICE DE TABLAS Y FIGURAS .....	IX
RESUMEN .....	XI
ABSTRACT.....	XII
TEXTO .....	1
Introducción .....	1
Método .....	4
Resultados .....	7
Discusión.....	11
Referencias .....	14
ANEXO: Normas de publicación de la revista.....	22



## ÍNDICE DE TABLAS Y FIGURAS

Tabla 1: Estadísticos descriptivos y diferencias de medias de las variables de estudio entre los adolescentes de Ecuador y España .....	7
Tabla 2. Correlaciones bivariadas de las variables analizadas en estudiantes ecuatorianos y españoles .....	8
Tabla 3. Coeficientes del análisis de regresión por pasos en adolescentes ecuatorianos .....	9
Tabla 4. Coeficientes del análisis de regresión por pasos en adolescentes españoles .....	10



## **RESUMEN**

El propósito del estudio fue analizar el papel predictivo de las orientaciones motivacionales, motivación intrínseca, flow disposicional y gusto por la educación física sobre la intención de ser físicamente activo en una muestra de 1571 adolescentes, con una edad media de 13.98 años, escolarizados de Ecuador y España. Se realizó una regresión por pasos, resultando un modelo final de tres fases en el que el flow disposicional, la motivación intrínseca y el gusto por la educación física predecían la intención de seguir siendo físicamente activo en ambas poblaciones, justificando un 42% de la varianza en sujetos ecuatorianos y un 36% en españoles. Se discuten los resultados en relación a la importancia emergente del flow como variable predictiva de la práctica futura en relación con otras más estudiadas.

Palabras clave: Flow, orientación motivacional, motivación intrínseca, intención de práctica futura.

## **ABSTRACT**

The aim of this study was to analyze the predictive role of motivational orientations, intrinsic motivation, dispositional flow and liking for physical education on intention to be physically active in a sample composed by 1571 adolescents, with an average age of 13.98 years, schooled in Ecuador and Spain. A step-wise regression was performed resulting a three steps final model in which dispositional flow, intrinsic motivation and liking for physical education predicted intention to be physically active in both samples, explaining 42% of variance among Ecuadorian subjects and 36% among Spanish ones. Findings are discussed in relation to the emerging importance of flow in predicting future physical activity with regard to other variables which have been more frequently investigated.

Keywords: Flow, motivational orientation, intrinsic motivation, future practice intention.

## INTRODUCCIÓN

En los últimos años se viene observando un preocupante descenso de la actividad física en la población joven a nivel internacional, situándose por debajo de los mínimos recomendados para prevenir futuras afecciones características de una vida sedentaria (Troiano et al., 2008; Verloigne et al., 2012). Esta inactividad tiene estrecha relación con los hábitos y estilos de vida que adoptan los adolescentes en una etapa caracterizada por abandonos (Martínez et al., 2012; Román, Serra, Ribas, Pérez-Rodrigo, y Aranceta, 2006) pero también por ser importante en la fijación de hábitos para la vida adulta (Granero-Gallegos, Baena-Extremera, Sánchez-Fuentes, y Martínez-Molina, 2014).

La clase de educación física (EF) se presenta como un entorno de relevancia en el que el adolescente puede adquirir hábitos de práctica (González-Cutre, 2009; Moreno, Zomeño, Marín, Cervello, y Ruiz, 2009). Las variables actitudinales como el nivel de satisfacción, gusto por la asignatura o grado de diversión son motivo actual de investigación (Baena-Extremera, Granero-Gallegos, Bracho-Amador, y Pérez-Quero, 2012; García Calvo, Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva, y Amado, 2012; Granero-Gallegos et al., 2014) por su posible relación con el interés del individuo en la práctica deportiva y, en consecuencia, en la adquisición y adherencia de hábitos de ejercicio físico.

Pero el grueso de las investigaciones se han centrado en el estudio de las variables motivacionales y la práctica físico-deportiva en dos líneas: la determinación de las variables motivacionales que afectan a la disposición del adolescente hacia la práctica de actividad física (Castillo, Balaguer, y Duda, 2000; García Calvo, 2006; Moreno, González-Cutre, y Ruiz, 2009; Moreno, Zomeño, et al., 2009) y la relación de éstas con la intención de ser físicamente activos en un futuro (Almagro, 2012; Almagro, Sáenz-

López, González-Cutre, y Moreno, 2011; García Calvo et al., 2012; Granero-Gallegos et al., 2014; Ruiz, Ramón, Palomo, Ruiz, y Navia, 2014). Se ha sugerido que ambas pueden tener cierto carácter predictor del comportamiento en la edad adulta (Shepard y Trudeau, 2000).

Estos estudios se han llevado a cabo sobre todo bajo el cobijo de dos de las teorías socio-cognitivas que han tenido un desarrollo significativo en los últimos años: la Teoría de Metas de Logro (TML) y la Teoría de la Autodeterminación (TAD). La TML (Nicholls, 1989) considera al sujeto un ser intencional regido por objetivos para demostrar competencia y habilidad en contexto de logro. El éxito alcanzado es evaluado de forma subjetiva y dependerá del criterio empleado para catalogar ese éxito en función de las características personales individuales (orientaciones motivacionales) que conllevarán a una implicación del sujeto al ego o a la tarea. La orientación al ego caracteriza a individuos preocupados por la comparación con los demás y valorar su habilidad en función del rendimiento; en contraparte, la orientación a la tarea utiliza como criterio el desempeño personal en la ejecución, y la referencia de evaluación son el esfuerzo y progreso personal. Desde la perspectiva de esta teoría, existen investigaciones que manifiestan la relación existente entre una implicación a la tarea y la intención de práctica futura de manera directa (Moreno, 2014), e indirecta con la motivación intrínseca como principal mediador (Almagro, 2012; García Calvo, 2006). También se ha observado una relación, aunque menos estrecha, entre la orientación al ego y la intención futura de práctica teniendo como mediador a la competencia percibida (Lintunen, Valkonen, Leskinen, y Biddle, 1999).

La TAD (Deci y Ryan, 1985) explora el desempeño voluntario de las acciones en búsqueda de satisfacer las necesidades psicológicas básicas de sentirse competente, autónomo y bien relacionado con los iguales, además de analizar también los diferentes



grados de motivación en un amplio espectro que abarca desde la motivación intrínseca, la más autodeterminada de todas, pasando por la motivación extrínseca, que es ajena y menos voluntaria, hasta la desmotivación, que suele llevar al abandono. Desde los postulados de esta teoría, la motivación intrínseca es la variable que mayor relación parece tener con la intención futura de ejercitarse (Almagro, 2012), actuando también como mediador en el papel predictor de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas sobre la intención de práctica futura (Almagro et al., 2011).

Las aportaciones desde la TML y TAD se han visto complementadas en los últimos tiempos con estudios desde la teoría del flow (Csikszentmihalyi, 1990). El estado de flow es conceptualizado como una experiencia armoniosa y satisfactoria donde el organismo entero trabaja a su máxima capacidad sin esfuerzo aparente, quedando como recuerdo el disfrute a plenitud de esa actividad. Está relacionado con el óptimo rendimiento y adherencia a la actividad física y tiene nueve dimensiones: equilibrio entre habilidad y reto, combinación/ unión de la acción y el pensamiento, claridad de objetivos, feedback claro y sin ambigüedades, concentración sobre la tarea que se está realizando, sentimiento de control, pérdida de autoconciencia, distorsión en la percepción del tiempo y experiencia autotélica (Jackson y Csikszentmihalyi, 1999). Se ha encontrado relación entre el flow disposicional y la orientación a la tarea (Jiménez, García, Santos-Rosa, Moreno, y Cervelló, 2010; Moreno, Cervelló, y González-Cutre, 2007) y, en menor grado, con la orientación al ego (Moreno et al., 2007). También se ha mostrado una relación positiva con la motivación intrínseca (Moreno, Cano, González-Cutre, Cervelló, y Ruiz, 2009; Moreno, Cervelló, y González-Cutre, 2010). Además, hay evidencia de que el flow disposicional puede incidir en la adopción de conductas adaptativas (González-Cutre, 2009), en la predicción del compromiso con la práctica física (Kimić, 2000) y de la persistencia (Cervelló, Moreno, Alonso, e Iglesias, 2006;

Tipler, Marsh, Martin, Richards, y Williams, 2004), pero no se han encontrado investigaciones que relacionen el flow con la intención de ser físicamente activo. Si bien se existen estudios que han relacionado algunas de las variables descritas con la intención de ser físicamente activo, no se han encontrado trabajos que establezcan el rol predictivo que puedan tener dichas variables consideradas bajo un enfoque común. El objetivo de este estudio es analizar el papel predictor de las variables orientación motivacional, motivación intrínseca, flow disposicional y gusto por la EF sobre la intención de ser activo físicamente en adolescentes de Ecuador y España.

## **MÉTODO**

### **Participantes**

La muestra de la investigación estuvo compuesta por 1571 adolescentes (874 chicos y 697 chicas) de Ecuador ( $n = 641$ ) y España ( $n = 930$ ) con edades comprendidas entre 12 y 18 años ( $M = 13.98$  años;  $DT = 1.62$ ), pertenecientes a centros públicos y privados de la provincia del Azuay y la Comunidad de Madrid, respectivamente.

### **Instrumentos**

*Orientación motivacional.* Se utilizó la versión española (Peiró y Sanchis, 2004) del Task and Ego Orientation Scale Questionnaire (TEOSQ; Walling y Duda, 1995). Este instrumento consta de 16 ítems, midiendo la orientación a la tarea (8 ítems) y la orientación al ego (8 ítems). Las respuestas a dicho cuestionario son cerradas y se responden con una escala tipo Likert cuya puntuación oscila entre 1= *totalmente en desacuerdo* y 5= *totalmente de acuerdo*. Dicho cuestionario mostró valores alpha de .83 para el factor orientación a la tarea, y de .89 para el factor orientación al ego.

*Motivación intrínseca.* Se utilizaron los ítems correspondientes al factor motivación intrínseca de la versión española (Moreno, González-Cutre, y Chillón, 2009) del Perceived Locus of Causality Scale (PLOC; Goudas, Biddle, y Fox, 1994). Dicho instrumento fue creado para medir la desmotivación, la regulación externa, introyectada, identificada y la motivación intrínseca en el ámbito de la EF. Está compuesto por 20 ítems (4 por cada factor). Las respuestas a dicho cuestionario fueron cerradas y se respondieron con una escala tipo Likert cuya puntuación oscila entre 1= *totalmente en desacuerdo* y 5= *totalmente de acuerdo*. El factor motivación intrínseca mostró un valor alpha de .87.

*Flow disposicional.* Se utilizó la versión española adaptada a la EF (González-Cutre, 2009) de la Dispositional Flow Scale-2 (DFS-2) de Jackson y Eklund (2002) para medir la disposición de los alumnos a experimentar un estado de flow durante las clases de EF. Esta herramienta mide la disposición a experimentar el estado de flow a partir de nueve factores. A continuación se presentan dichos factores junto al valor alpha correspondiente a cada uno: equilibrio reto-habilidad (.75), automatismo (.75), claridad de objetivos (.77), claridad en el feedback (.74), concentración (.76), sentimiento de control (.78), pérdida de la auto-conciencia (.83), distorsión del tiempo (.76) y experiencia autotélica (.81). Está compuesta por 36 ítems (cuatro ítems para cada uno de los nueve factores motivacionales mencionados). Las respuestas a dicho cuestionario son cerradas y se responden con una escala tipo Likert cuya puntuación oscila entre 1= *totalmente en desacuerdo* y 5= *totalmente de acuerdo*.

*Gusto por la Educación Física.* Consta de un ítem en el que se pregunta "¿Cuánto te gusta la educación física?". La respuesta es cerrada con una escala tipo Likert cuya puntuación oscila entre 1= *totalmente en desacuerdo* y 5= *totalmente de acuerdo*.

*Intención de práctica.* Se utilizó la Medida de la Intencionalidad para ser físicamente activo (IPAQ). Esta herramienta mide la intención del sujeto de ser físicamente activo tras su paso por el sistema educativo. Se utilizó la versión española (Moreno, Moreno, y Cervelló, 2007) de la herramienta original (Hein, Müür, y Koka, 2004). Se componía de 5 ítems y las respuestas son cerradas en una escala tipo Likert cuya puntuación oscila entre 1=*totalmente en desacuerdo* y 5=*totalmente de acuerdo*. Mostró un valor alpha de .79.

### **Procedimiento**

Se contactó con los centros para informarles de los objetivos y pedirles su colaboración. Una vez obtenido el consentimiento de padres y responsables académicos, se procedió a la administración de los cuestionarios por parte de un investigador. Tras una breve explicación del objetivo de estudio, informar de cómo rellenar los cuestionarios y solventar todas las dudas que pudieran surgir durante el proceso, fueron cumplimentados en un tiempo aproximado de 20 minutos, variando ligeramente según la edad de los individuos.

### **Análisis de datos**

En primer lugar se calcularon los estadísticos descriptivos de las diferentes variables de estudio y las correlaciones bivariadas entre todas las variables de cada grupo. A continuación, se realizó una prueba t de Student para muestras independientes para verificar diferencias entre los valores de los dos grupos y una regresión por pasos para analizar qué variables predecían a la intención de ser físicamente activo. Los diferentes análisis se llevaron a cabo con el paquete estadístico SPSS 20.0.

## RESULTADOS

### Análisis descriptivo y de correlaciones bivariadas

En la Tabla 1 se presentan los estadísticos descriptivos para las muestras de estudiantes de Ecuador y España. La Tabla 2 muestra el análisis de correlaciones de Pearson de los dos países, donde se observa que todas las variables estudiadas están relacionadas positiva y significativamente ( $p < 0.01$ ). En el grupo ecuatoriano la intención de práctica mantiene elevados índices de correlación con el flow disposicional (.60), con la motivación intrínseca (.54), con el gusto por la EF (.44), y con la orientación a la tarea (.40). Se aprecian también correlaciones altas de la motivación intrínseca con el flow disposicional (.62) y con el gusto por la EF (.57) y entre estas dos últimas (.45).

*Tabla 1.* Estadísticos descriptivos y diferencias de medias de las variables de estudio entre los adolescentes de Ecuador y España.

	<i>Ecuador</i> <i>M (DT)</i>	<i>España</i> <i>M (DT)</i>	<i>p</i>
Orientación Ego	3.3 (0.83)	3.2 (0.96)	0.019
Orientación Tarea	4.22 (0.58)	4.03 (0.68)	< 0.001
Motivación Intrínseca	4.04 (0.88)	3.86 (0.98)	<0.001
Flow Disposicional	3.71(0.59)	3.54 (0.67)	<0.001
Gusto por la EF	4.04 (0.95)	4.08 (1.02)	0.495
Intención de práctica	4.13 (0.76)	4.01 (0.86)	0.004

La muestra española presenta tendencias parecidas a las del grupo ecuatoriano. La intención de práctica muestra elevados índices de correlación con el flow disposicional (.53), con la motivación intrínseca (.53), con el gusto por la EF (.47), y con la orientación a la tarea (.37). Se aprecian también correlaciones altas de la motivación

intrínseca con el flow disposicional (.65) y con el gusto por la EF (.63) y entre estas dos últimas (.52).

*Tabla 2.* Correlaciones bivariadas de las variables analizadas en estudiantes ecuatorianos y españoles.

<b>Variables</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>Ecuador</b>						
1. Orientación Ego	1	.15**	.20**	.36**	.16**	.25**
2. Orientación Tarea	-----	1	.41**	.55**	.25**	.40**
3. Motivación Intrínseca	-----	-----	1	.62**	.57**	.54**
4. Flow Disposicional	-----	-----	-----	1	.45**	.60**
5. Gusto por la EF	-----	-----	-----	-----	1	.44**
6. Intención de práctica	-----	-----	-----	-----	-----	1
<b>España</b>						
1. Orientación Ego	1	.14**	.18**	.37**	.20**	.23**
2. Orientación Tarea	-----	1	.48**	.47**	.39**	.37**
3. Motivación Intrínseca	-----	-----	1	.65**	.63**	.53**
4. Flow Disposicional	-----	-----	-----	1	.52**	.53**
5. Gusto por la EF	-----	-----	-----	-----	1	.47**
6. Intención de Práctica	-----	-----	-----	-----	-----	1

*\*\*La correlación es significativa al nivel 0.01*

### **Diferencia de medias y análisis de regresión**

En la Tabla 1 se expone la significación de la prueba t para muestras independientes.

Los resultados mostraron la existencia de diferencias en las variables de orientación al

ego ( $t=-2.35, p <.05$ ), de orientación a la tarea ( $t=-6.09, p <.01$ ), de motivación intrínseca ( $t=-3.70, p <.01$ ), de flow disposicional ( $t=-5.47, p <.01$ ) y de intención de práctica ( $t=-2.87, p <.01$ ) encontrándose en todos los casos puntuaciones más elevadas en la muestra de adolescentes ecuatorianos que en la de adolescentes españoles. En la Tabla 3 se muestra el análisis de regresión en los adolescentes ecuatorianos utilizando como variable dependiente la intención de ser físicamente activo.

*Tabla 3.* Coeficientes del análisis de regresión por pasos en adolescentes ecuatorianos

		<i>r<sup>2</sup></i>		
<i>Variable</i>	<i>B</i>	<i>corregida</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
Paso 1		0.36		
Flow Disposicional	0.77		19.01	<0.001
Paso 2		0.41		
Flow Disposicional	0.55		11.20	<0.001
Motivación Intrínseca	0.23		7.05	<0.001
Paso 3		0.42		
Flow Disposicional	0.53		10.63	<0.001
Motivación Intrínseca	0.18		4.98	<0.001
Gusto por EF	0.11		3.63	<0.001

En el primer paso el flow disposicional obtiene el mayor peso de regresión ( $t= 19.01, p <0.001$ ) con una varianza explicada del 36%. En el segundo paso se aprecia que el flow disposicional ( $t= 11.20, p <0.001$ ) y la motivación intrínseca ( $t= 19.01, p <0.001$ ) muestran una capacidad predictiva positiva con un peso de varianza explicada de 41%.

Por último, en el tercer paso aparecen el flow disposicional ( $t= 10.63$ ,  $p < 0.001$ ), la motivación intrínseca ( $t= 4.98$ ,  $p < 0.001$ ) y el gusto por la EF ( $t= 3.63$ ,  $p < 0.001$ ) explicando un 42% de la varianza.

En la Tabla 4 se muestra el análisis de regresión por pasos en los adolescentes españoles, observándose el mismo modelo de tres pasos con las mismas variables predictivas. En el primer paso emerge como mayor predictor el flow disposicional ( $t = 19.19$ ,  $p < 0.001$ ) con un porcentaje de varianza explicada de 28%. En el segundo paso, con un 34% de la varianza explicada, aparecen como variables predictoras el flow disposicional ( $t = 9.48$ ,  $p < 0.001$ ) y la motivación intrínseca ( $t = 8.75$ ,  $p < 0.001$ ). En el tercer paso aparecen el flow disposicional ( $t= 8.47$ ,  $p < 0.001$ ), la motivación intrínseca ( $t= 5.53$ ,  $p < 0.001$ ) y el gusto por la EF ( $t= 5.41$ ,  $p < 0.001$ ), justificando un 36% de la varianza.

*Tabla 4.* Coeficientes del análisis de regresión por pasos en adolescentes españoles

<i>Variable</i>	<i>r<sup>2</sup></i>			
	<i>B</i>	<i>corregida</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
Paso 1	0.28			
Flow Disposicional	0.68		19.19	<0.001
Paso 2	0.34			
Flow Disposicional	0.43		9.48	<0.001
Motivación Intrínseca	0.27		8.75	<0.001
Paso 3	0.36			
Flow Disposicional	0.38		8.47	<0.001
Motivación Intrínseca	0.19		5.53	<0.001
Gusto por EF	0.16		5.41	<0.001



Los modelos de los estudiantes ecuatorianos y españoles son similares, presentando las mismas variables y en el mismo orden predictivo en tres pasos.

## **DISCUSIÓN**

El objetivo de este estudio fue analizar el papel predictor de las variables orientación motivacional, motivación intrínseca, flow disposicional y gusto por la EF sobre la intención de ser activo físicamente en adolescentes de Ecuador y España. Para ello se realizó un análisis de regresión por pasos. Los resultados de las correlaciones bivariadas están en línea con la literatura existente, encontrándose relaciones positivas y significativas entre todas las variables independientes consideradas en este estudio.

A nivel descriptivo los resultados mostraron diferencias entre las muestras de ambos países en las variables orientación ego y tarea, motivación intrínseca, flow disposicional e intención de práctica. No existen muchos estudios que comparen poblaciones de países diferentes. En lo referente a la orientación motivacional, Li, Harmer, Chi y Vongjaturapat (1996) encontraron mayores puntuaciones en la orientación al ego y a la tarea en individuos estadounidenses al compararlos con muestras de Tailandia y Taiwán. Xiang, Lee y Shen (2001) hallaron mayores niveles de orientación a la tarea en individuos americanos frente a altas puntuaciones en la orientación al ego en individuos chinos. La TML sugiere que personas con diferentes antecedentes culturales pueden definir de forma diferente el éxito y el error, así como la concepción de habilidad y la atribución del éxito o el fracaso, lo que puede llevar a variaciones en la percepción de sus orientaciones motivacionales (Maehr y Nicholls, 1980; Nicholls, 1984, 1989).

En lo referido a la motivación intrínseca, Wang, Hagger y Liu (2009) encontraron mayores niveles en individuos de Gran Bretaña al compararlos con una población de

Singapur. No se han encontrado investigaciones en lo referido a las variables flow disposicional e intención de práctica.

Los hallazgos obtenidos tras la regresión por pasos revelan que el flow disposicional, la motivación intrínseca y el gusto por la EF destacan como principales predictores de la intención de ser físicamente activo en las dos poblaciones. Si bien el flow no ha sido considerado en estudios relacionados con la intención futura, sí ha mostrado un papel relevante en cuanto a práctica presente. Cervelló et al. (2006) encontraron que estudiantes de educación secundaria que realizaban actividad física extracurricular mostraban niveles más elevados de flow que los que no lo hacían. Algunas investigaciones indican que la disposición a experimentar este estado puede predecir la aproximación de los sujetos al deporte y las actividades físicas (Jackson, Thomas, Marsh, y Smethurst, 2001).

Una de las finalidades de este estudio fue incluir la disposición a experimentar el estado de flow como posible variable predictiva de la intención de práctica junto a otras variables motivacionales ya estudiadas. Tanto la orientación a la tarea (e.g., Weidong, Bo, Rukavina, y Haichun, 2011) como la motivación intrínseca (e.g., Pulido, Sánchez Oliva, Amado, González-Ponce, y Sánchez-Miguel, 2014) han mostrado este rol. También es frecuente encontrar una clara relación entre el flow y la orientación a la tarea (Cervelló et al., 2006; Cervelló, Moreno, Martínez, Ferriz, y Moya, 2011), y más aún con la motivación intrínseca (González Cutre, Sicilia, y Moreno, 2006; Moreno, Cervelló, y González-Cutre, 2006, 2010).

Por otra parte se incluyó el gusto por la EF, ámbito específico de nuestro estudio, en el modelo por la relevancia que los factores actitudinales han mostrado sobre la intención de persistir en la práctica (Escartí y Gutiérrez, 2001; Papaioannou, 2000) y su relación con variables motivacionales como la motivación intrínseca (Grastén, Jaakkola,

Liukkonen, Watt, y Yli-Piipari, 2012; Halvari, Skjesol, y Bagoien, 2011) y la orientación motivacional (Langdon, Monsma, y Webster, 2009; Papaioannou, Tsigilis, Kosmidou, y Milosis, 2007)

Que el flow emerja como principal predictor confirma lo hipotetizado respecto a su relevancia para explicar la intención de práctica futura y sugiere una línea de investigación que puede enriquecer la comprensión de los factores que condicionan la perspectiva que tiene el individuo sobre seguir realizando actividad física en un futuro. Del modelo de regresión resultante se sugiere que los adolescentes que practican actividad física por motivos inherentes a la misma práctica, a las sensaciones que se vivencian en su realización, tendrán mayor disposición a seguir practicando en un futuro. El hecho de que el modelo predictivo coincida en las muestras de ambos países sugiere, por otra parte, la estabilidad de las relaciones más allá de la nacionalidad y no contradice las diferencias encontradas entre países descritas con anterioridad. Cabe destacar que todos los estudios referidos comparaban poblaciones con referentes culturales muy diferentes, oriental y occidental; mientras que en nuestra investigación la lengua y la cultura tienen un origen común. Se sugiere el interés de seguir realizando estudios transculturales y transnacionales para comprobar hasta qué punto y en qué condiciones los factores de carácter cultural pueden incidir sobre la percepción y disposición de los individuos hacia la actividad física.

### **Agradecimientos**

La realización de este trabajo fue posible gracias al programa de becas “Convocatoria 2013-Primera Fase” de la Secretaria de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación, y financiado por el Instituto de Fomento al Talento Humano de la República del Ecuador y contó con la financiación de la Universidad Politécnica de

Madrid en el proyecto de investigación “Mejorar la salud de nuestros adolescentes para una vida futura: la motivación del estudiante en educación física”, referencia AL14-PID-40.

## REFERENCIAS

- Almagro, B. (2012). *Factores motivacionales relacionados con la adherencia a la práctica deportiva competitiva en adolescentes*. Tesis doctoral. Universidad de Huelva.
- Almagro, B., Sáenz-López, P., González-Cutre, D., y Moreno, J. A. (2011). Clima motivacional percibido, necesidades psicológicas y motivación intrínseca como predictores del compromiso deportivo en adolescentes. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(25), 250-265.
- Baena-Extremuera, A., Granero-Gallegos, A., Bracho-Amador, C., y Pérez-Quero, F. J. (2012). Versión española del Sport Satisfaction Instrument (SSI) adaptado a la Educación Física. *Revista de Psicodidáctica*, 17(2), 377-396.
- Castillo, I., Balaguer, I., y Duda, J. L. (2000). Las orientaciones de meta y los motivos de práctica deportiva en los jóvenes deportistas valencianos escolarizados. *Revista de Psicología del Deporte*, 9(1-2), 37-50.
- Cervelló, E., Moreno, J. A., Alonso, N., e Iglesias, D. (2006). Goal orientation, motivational climate, and dispositional flow of high school students engaged in extracurricular physical activity. *Perceptual & Motor Skills*, 102, 87-92.
- Cervelló, E., Moreno, J. A., Martínez, C., Ferriz, R., y Moya, M. (2011). El papel del clima motivacional, la relación con los demás, y la orientación de metas en la predicción del flow disposicional en educación física. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 165 - 178.

- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper & Row.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Escartí, A., y Gutiérrez, M. (2001). Influence of the motivational climate in physical education on the intention to practice physical activity or sport. *European Journal of Physical Education*, 1(4), 1-12.
- García Calvo, T. (2006). *Motivación y comportamientos adaptativos en jóvenes deportistas*. Tesis doctoral. Universidad de Extremadura.
- García Calvo, T., Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., y Amado, D. (2012). Análisis del grado de diversión e intención de persistencia en jóvenes deportistas desde la perspectiva de la teoría de la autodeterminación. *Revista de psicología del deporte*, 21, 7-13.
- González-Cutre, D. (2009). *Motivación, creencias implícitas de habilidad, competencia percibida y flow disposicional en clases de educación física*. Universidad de Almería.
- González Cutre, D., Sicilia, A., y Moreno, J. A. (2006). Las estrategias de disciplina y la motivación autodeterminada como predictoras del flow disposicional en jóvenes deportistas. En M. A. González, J. A. Sánchez y A. Areces (Eds.), *IV Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte* (pp. 740-744). A Coruña: Xunta de Galicia.
- Goudas, M., Biddle, S., y Fox, K. (1994). Perceived locus of causality, goal orientations, and perceived competence in school physical education classes. *British Journal of Educational Psychology*, 64, 453-463.

- Granero-Gallegos, A., Baena-Extremera, A., Sánchez-Fuentes, J. A., y Martínez-Molina, M. (2014). Perfiles motivacionales de apoyo a la autonomía, autodeterminación, satisfacción, importancia de la educación física e intención de práctica física en tiempo libre. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(2), 59-70.
- Grastén, A., Jaakkola, T., Liukkonen, J., Watt, A., y Yli-Piipari, S. (2012). Prediction of enjoyment in school physical education. *Journal of Sports Science and Medicine*, 11, 260-269.
- Halvari, H., Skjesol, K., y Bagoien, T. E. (2011). Motivational climates, achievement goals, and physical education outcomes: A longitudinal test of achievement goal theory. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 55(1), 79-104.
- Hein, V., Müür, M., y Koka, A. (2004). Intention to be physically active after school graduation and its relationship to three types of intrinsic motivation. *European Physical Education Review*, 10(1), 5-19.
- Jackson, S., y Csikszentmihalyi, M. (1999). *Flow in sports*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Jackson, S. A., y Eklund, R. C. (2002). Assessing Flow in Physical Activity: The Flow State Scale-2 and Dispositional Flow Scale-2. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 4, 133-150.
- Jackson, S. A., Thomas, P. R., Marsh, H. W., y Smethurst, C. J. (2001). Relationships between Flow, Self-Concept, Psychological Skills, and Performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13(2), 129-153.
- Jiménez, R., García, T., Santos-Rosa, F. J., Moreno, A., y Cervelló, E. (2010). Análisis de las relaciones entre orientaciones de meta, clima motivacional, valoración de

- la Educación Física y flow disposicional en estudiantes de Educación Física en secundaria. *Infancia y Aprendizaje*, 33(1), 107-116.
- Kimiecik, J. C. (2000). Learn to love exercise. *Psychology Today*, 33(1), 20-22.
- Langdon, J. L., Monsma, E. A., y Webster, C. A. (2009). Self-determination and achievement goal factors influencing student attitudes and behavioral intentions in physical education. [Meeting Abstract]. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31, S128-S129.
- Li, F., Harmer, P., Chi, L., y Vongjaturapat, N. (1996). Cross-cultural validation of the task and ego orientation in sport questionnaire. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18, 392-407.
- Lintunen, T., Valkonen, A., Leskinen, E., y Biddle, S. (1999). Predicting physical activity intentions using a goal perspectives approach: a study of Finnish youth. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 9, 344-352.
- Maehr, M. L., y Nicholls, J. G. (1980). Culture and achievement motivation: A second look. En N. Warren (Ed.), *Studies in cross-cultural psychology* (pp. 221-267). New York: Academic Press.
- Martínez, A., Chillón, P., Martín-Matillas, M., Pérez, I., Castillo, R., Zapatera, B., . . . Delgado-Fernandez, M. (2012). Motivos de abandono y no práctica de actividad físico-deportiva en adolescentes españoles: estudio Avena. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 45-54.
- Moreno, J. A., Cano, F., González-Cutre, D., Cervelló, E., y Ruiz, L. M. (2009). Flow disposicional en salvamento deportivo: Una aproximación desde la teoría de la autodeterminación [Dispositional flow in lifesaving sport: A self-determination theory approach]. *Revista de Psicología del Deporte*, 18, 23-35.

- Moreno, J. A., Cervelló, E., y Gonzále-Cutre, D. (2010). The achievement goal and self-determination theories as predictors of dispositional flow in young athletes. *Anales de psicología*, 26(2), 390-399.
- Moreno, J. A., Cervelló, E., y González-Cutre, D. (2006). Motivación autodeterminada y flujo disposicional en el deporte. *Anales de psicología*, 22(2), 310-317.
- Moreno, J. A., Cervelló, E., y González-Cutre, D. (2007). Young athletes' motivational profiles. *Journal of sports science & medicine*, 6(2), 172.
- Moreno, J. A., Cervelló, E., y González-Cutre, D. (2010). The achievement goal and self-determination theories as predictors of dispositional flow in young athletes. *Anales de psicología*, 26(2), 390-399.
- Moreno, J. A., González-Cutre, D., y Chillón, M. (2009). Preliminary validation in Spanish of a scale designed to measure motivation in physical education classes: The perceived locus of causality (PLOC) scale. *The Spanish Journal of Psychology*, 12(1), 327-337.
- Moreno, J. A., González-Cutre, D., y Ruiz, L. M. (2009). Self-determined motivation and physical education importance. *Human Movement*, 10(1), 5-11.
- Moreno, J. A., Moreno, R., y Cervelló, E. (2007). El autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo. *Psicología y Salud*, 17(2), 261 - 267.
- Moreno, J. A., Zomeño, T., Marín, L. M., Cervello, E., y Ruiz, L. M. (2009). Variables motivacionales relacionadas con la práctica deportiva extraescolar en estudiantes adolescentes de educación física. *Apunts. Educación física y deportes*(95), 38-43.
- Moreno, R. (2014). *Relación entre las metas de logro, la motivación autodeterminada, las creencias implícitas de habilidad y el autoconcepto físico en educación física*. Tesis Doctoral. Universidad Miguel Hernández.



- Nicholls, J. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge: Harvard University Press.
- Nicholls, J. G. (1984). Conceptions of ability and achievement motivation. En R. E. Ames y C. Ames (Eds.), *Research on motivation in education* (Vol. 1. Student motivation). New York: Academic Press.
- Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic*. Cambridge: Harvard University Press.
- Papaioannou, A. (Ed.). (2000). *Attitudes, perception an behaviors in (1) the physical education lesson, (2) the sport context, (3) towards a healthy lifestyle, of persons differing in age, gender, socioeconomic status, religion and level of motor difficulty*. Athens: Center of Educational Research.
- Papaioannou, A., Tsigilis, N., Kosmidou, E., y Milosis, D. (2007). Measuring perceived motivational climate in physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 26(3), 236-259.
- Peiró, C., y Sanchis, J. R. (2004). Las propiedades psicométricas de la versión inicial del cuestionario de orientación a la tarea y al ego (TEOSQ) adaptado a la educación física en su traducción al castellano. *Revista de Psicología del Deporte*, 13(1), 25-39.
- Pulido, J. J., Sánchez Oliva, D., Amado, D., González-Ponce, I., y Sánchez-Miguel, P. A. (2014). Influence of motivational processes on enjoyment, boredom and intention to persist in young sportspersons. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education & Recreation (SAJR SPER)*, 36(3), 135-149.
- Román, B., Serra, L., Ribas, L., Pérez-Rodrigo, C., y Aranceta, J. (2006). Actividad física en la población infantil y juvenil española en el tiempo libre. Estudio enKid (1998-2000). *Apunts. Medicina de l'Esport*, 41(151), 86-94.

- Ruiz, L. M., Ramón, I., Palomo, M., Ruiz, A., y Navia, J. (2014). La intención de practicar en el futuro en escolares adolescentes. *Kronos*, 13(2).
- Shepard, R. J., y Trudeau, F. (2000). The legacy of physical education: Influences on adult lifestyles. *Pediatric Exercise Science*, 12(1), 34-50.
- Tipler, D., Marsh, H. W., Martin, A. J., Richards, G. E., y Williams, M. R. (2004). An investigation into the relationship between physical activity motivation, flow, physical self-concept and activity levels in adolescence. En H. W. Marsh, J. Baumert, G. E. Richards y U. Trautwein (Eds.), *Self-concept, motivation and identity: Where to from here? Proceedings of the SELF Research-Biennial International Conference*. Berlin: Max Planck Institute Berlin.
- Troiano, R. P., Berrigan, D., Dodd, K. W., Masse, L. C., Tilert, T., y McDowell, M. (2008). Physical activity in the United States measured by accelerometer. *Medicine and science in sports and exercise*, 40(1), 181.
- Verloigne, M., Lippevelde, W. V., Maes, L., Yildirim, M., Chinapaw, M., Manios, Y., . . . De Bourdeaudhuij, I. (2012). Levels of physical activity and sedentary time among 10- to 12- year-old boys and girls across 5 European countries using accelerometers: an observational study within the ENERGY-project. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9(34).
- Walling, M. D., y Duda, J. L. (1995). Goals and their associations with beliefs about success in and perceptions of the purposes of physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 14(2), 140-156.
- Wang, C. K. J., Hagger, M., y Liu, W. C. (2009). A cross-cultural validation of perceived locus of causality scale in physical education context. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 80(2), 313 - 325.

- Weidong, L., Bo, S., Rukavina, P. B., y Haichun, S. (2011). Effect of perceived sport competence on intentions to exercise among adolescents: Mediating or moderating? *Journal of Sport Behavior*, 34(2), 160-174.
- Xiang, P., Lee, A., y Shen, J. (2001). Conceptions of ability and achievement goals in physical education: Comparisons of American and Chinese students. *Contemporary Educational Psychology*, 26, 348-365.

## ANEXO

### NORMAS DE PUBLICACIÓN DE LA REVISTA MEXICANA DE PSICOLOGÍA

Todo manuscrito que se someta a la *Revista Mexicana de Psicología* debe adherirse estrictamente al *Manual de Estilo de Publicaciones APA* segunda edición, editado por El Manual Moderno (México), y a estos lineamientos. El manuscrito debe presentarse en un único documento escrito a doble espacio con letra Times New Roman 12 puntos, y no debe exceder de 20 páginas, incluyendo tablas y figuras.

La primera página debe incluir el título (no mayor de 85 caracteres, incluyendo espacios), nombre(s) del(os) autor(es) completo(s) (primero el nombre seguido por los apellidos), afiliación institucional, encabezado sugerido (no mayor a 50 caracteres, incluyendo espacios), y datos de localización del autor principal (dirección postal, dirección electrónica y teléfonos).

La segunda y tercera páginas incluyen el título, el resumen y las palabras clave en español, y el título, el resumen y las palabras clave en inglés.

En las páginas subsiguientes debe aparecer el cuerpo del manuscrito, cuyas secciones deben redactarse y ordenarse siguiendo estrictamente los lineamientos del *Manual de Estilo de Publicaciones APA* segunda edición, editado por El Manual Moderno (México).

En el mismo archivo, al final del cuerpo del manuscrito, en páginas separadas, deben aparecer en el siguiente orden: leyendas de figuras, tablas y figuras, anexos y nota del autor.

Dado que alrededor del problema de investigación gira la revisión correcta de los diversos apartados de un manuscrito es requisito que:

La introducción justifique claramente la importancia del problema de investigación, el cual debe derivarse directamente de la revisión de la investigación antecedente

relevante.

La revisión de la investigación relevante al problema señale resultados contradictorios, vacíos en el conocimiento y/o ausencia de conocimiento que el estudio pretenda resolver.

La formulación de las hipótesis o las preguntas de investigación consideren claramente las variables de estudio y se vinculen directamente con el problema.

Las hipótesis o las preguntas de investigación enuncien claramente la dirección de la relación entre las variables predichas por la revisión de la literatura revisada en la introducción.

Es asimismo requisito indispensable documentar el apego a las normas éticas universales que rigen la conducción de investigación en psicología, entre éstas, el resguardo de la confidencialidad y la obtención del consentimiento informado de los participantes (consultar El Código Ético del Psicólogo, Ed. Trillas). Del mismo modo y bajo protesta de decir verdad es necesario declarar que no ha postulado para publicación su manuscrito en ninguna revista.

La *Revista Mexicana de Psicología* publica preferentemente trabajos de investigación cuantitativa, no publica descripciones de intervenciones o de instrumentos. En casos excepcionales, publica recensiones de la literatura de investigación. Todo manuscrito presentado a la *RMP* se someterá a un filtro inicial antes de ingresar al proceso editorial. En caso de no adherirse al *Manual de Estilo de Publicaciones APA* y a los lineamientos de la *RMP*, se regresará sin someterse al proceso editorial.